

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 10
ГОРОДА НОВОАЛТАЙСКА АЛТАЙСКОГО КРАЯ»

РАССМОТРЕНО

Руководитель УМО МБОУ «СОШ № 10
города Новоалтайска Алтайского края»

 /М.В.Волошина/
Протокол от «13» августа 2021 г.
№ 1

СОГЛАСОВАНО

Педагогический совет
Протокол от 31.08.2021
№ 21

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора МБОУ «СОШ
№ 10 города Новоалтайска
Алтайского края» С.П. Бажовой
от «31» августа 2021 г.
№ 243-о

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Курса внеурочной деятельности
«Школа докторов Природы»
Общеинтеллектуальное направление
для обучающихся 1— 4 классов

Школа докторов Природы, или 135 уроков здоровья (1—4 классы). Л.А. Обухова, Н.А.
Лемяскина, О.Е. Жиренко. Изд.2-е, переработанное, Москва – 2014.

СОСТАВИТЕЛЬ:

Н.В. Горлова
Учитель начальных классов

НОВОАЛТАЙСК
2021

1. Цели и задачи курса внеурочной деятельности «Школа докторов Природы»

Цель курса

- Создание благоприятных условий, обеспечивающих возможность сохранения здоровья, формирование необходимых знаний, умений и навыков, способствующих поддержанию здорового и безопасного образа жизни; использование полученных знаний в практике с целью улучшения состояния собственного здоровья.

Задачи курса

- формирование у детей и их родителей ответственного отношения к здоровому и безопасному образу жизни;
- формировать у детей мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психологическое саморазвитие.

Количество часов

Класс	Количество учебных часов в год	Количество учебных часов в неделю	Резервных часов
1	33	1	1
2-4	35	1	1

2. Планируемые результаты освоения предмета

Личностными результатами изучения курса является формирование следующих умений:

- *оценивать* жизненные ситуации (поступки людей) с точки зрения общепринятых норм и ценностей;
- *объяснять* с позиции общечеловеческих нравственных ценностей, почему конкретные поступки можно оценить как хорошие или плохие;
- самостоятельно *определять* и *высказывать* самые простые общие для всех людей правила поведения (основы общечеловеческих нравственных ценностей).

В предложенных ситуациях, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор*, какой поступок совершить.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- *определять* и *формулировать* цель деятельности с помощью учителя;
- *проговаривать* последовательность действий;
- учиться *высказывать* своё предположение (версию) на основе работы;
- учиться *работать* по предложенному учителем плану.
- учиться совместно с учителем и другими учениками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности класса.

Познавательные УУД:

- ориентироваться в своей системе знаний: *отличать* новое от уже известного с помощью учителя;
- делать предварительный отбор источников информации;
- добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы;
- перерабатывать полученную информацию: *делать выводы* в результате совместной работы всего класса.

Коммуникативные УУД:

- *оформлять* свою мысль в устной и письменной речи;
- *слушать* и *понимать* речь других;
- *совместно договариваться* о правилах общения и поведения в школе и следовать им;
- *учиться выполнять различные роли* в группе (лидера, исполнителя, критика).

Предметные результаты

Дети научатся:

- различать полезные и вредные для здоровья поступки; привычки, укрепляющие здоровье;
- познавать самого себя и свои возможности; черты характера людей; причины неуверенности в себе; интересные и безопасные способы времяпрепровождения; качества, достойные уважения; качества важные для дружбы;
- рассуждать о вредном влиянии табака и алкоголя на здоровье и последствия их употребления.

Дети получают возможность научиться:

- принимать решения в опасных ситуациях;
- избегать неприятных чувств;
- оценивать себя;
- неагрессивно отстаивать свои позиции;
- проявлять дружбу;
- говорить «нет» в опасных ситуациях;
- критически относиться к употреблению табака, алкоголя.

Предполагаемый общий результат реализации программы:

- стабильность показателей физического и психического здоровья детей;
- сокращение количества уроков, пропущенных по болезни;
- активизация интереса детей к занятиям физической культурой;
- рост числа учащихся, занимающихся в спортивных секциях, кружках по интересам;
- повышение уровня знаний по здоровому образу жизни;
- высокий уровень сплочения детского коллектива;
- активное участие родителей в делах класса;
- улучшение взаимоотношений семьи и школы, повышение ответственности родителей за здоровье ребенка;
- способность школьника соблюдать правила ЗОЖ.

Критерии результативности:

1. Автоматизм навыков личной гигиены.

2. Эффективность программы оценивается по результатам диагностики

- экспресс-диагностика показателей здоровья первоклассников;
- анкеты для родителей «Здоровье ребенка», «Можно ли ваш образ жизни назвать здоровым?»

Ожидаемые результаты и способы их проверки:

• К концу 1 года обучения:

• Должны знать: как правильно надо мыть руки и лицо, как заботиться о глазах и как ухаживать за ушами, зубами, руками и ногами, знать правила ухода за кожей, как следует питаться, о пользе сна, правила поведения в школе и дома, о вреде курения, о пользе физических упражнений и закаливания, правила безопасного поведения на воде.

• Должны уметь: правильно мыть руки и лицо, делать гимнастику для глаз, содержать в чистоте и защищать уши, зубы, руки, ноги и кожу от повреждений, выбирать полезную для здоровья пищу и тщательно пережёвывать её при приёме, спать по 11-11,5 часов, ложась в 20-21 час, контролировать своё поведение в школе и дома, уметь противостоять при предложении покурить, выполнять физические упражнения для укрепления мышц, выполнять закаливающие процедуры, соблюдать правила безопасного поведения на воде, играть в подвижные игры на воздухе.

Способ проверки:

• Наблюдение за внешним видом и поведением детей по приходу в школу, во время перемен, при посещении ими столовой, на уроках физкультуры; беседы с детьми и их

родителями о соблюдении вне школы навыков ЗОЖ; опрос на занятиях после пройденной темы.

- К концу 2 года обучения:

- Должны знать: о причинах и признаках болезней, что такое адаптация и как организм помогает себе сам, понимать значение выражения «здоровый образ жизни», какие врачи помогают сохранить нам здоровье, что такое инфекционные болезни и для чего делают прививки от болезней, понимать для чего нужны лекарства, признаки лекарственных и пищевых отравлений; правила поведения, если солнечно и жарко и если на улице дождь и гроза; правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте; правила безопасного поведения на воде; правила обращения с огнём; знать, чем опасен электрический ток; как уберечься от порезов, ушибов, переломов; как защититься от насекомых; правила обращения с животными; признаки отравлений жидкостями, пищей парами, газом; признаки перегревания и теплового удара; какие бывают травмы; правила поведения, если в глаз, ухо, нос или горло попал посторонний предмет; признаки укуса змеи; о неизлечимых болезнях века.

- Должны уметь: заботиться о своём здоровье, составлять и выполнять режим дня, вести здоровый образ жизни, выполнять рекомендации врача во время болезни, своевременно делать прививки, следить за содержанием домашней аптечки, оказать себе первую помощь при лекарственных и пищевых отравлениях, при солнечных ожогах, если промокли под дождём; соблюдать правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте, на воде, при пожаре в доме, оказать первую помощь пострадавшему от электрического тока; оказать первую помощь при порезах, ушибах, переломах; оказать первую помощь при укусах насекомых; оказать себе первую помощь, если укусила собака; помочь себе при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом; помочь себе при тепловом ударе, при ожогах и обморожении; оказать первую помощь при травмах; оказать первую помощь при укусе змеи; заниматься самовоспитанием.

- Способ проверки:

- Наблюдение непосредственное и целенаправленное за поведением детей в школе на уроках, переменах, уроках физкультуры, во время экскурсий, походов, беседы с детьми и их родителями о соблюдении вне школы навыков ЗОЖ, создание ситуации эксперимента, опрос на занятиях после пройденной темы, тестирование в конце года «Оцени себя сам».

К концу 3 года обучения:

- Должны знать: как воспитывать уверенность и бесстрашие; что значит совершать доброе дело; что такое ложь; почему дети и родители не всегда понимают друг друга; как воспитать в себе сдержанность; как отучить себя от вредных привычек; как относиться к подаркам; как следует относиться к наказаниям; как нужно одеваться; как вести себя с незнакомыми людьми; как вести себя, когда что-то болит; как вести себя за столом; правила поведения за столом; как вести себя в гостях; как вести себя в общественных местах; правила вежливого общения; что делать, если не хочется в школу; чем заняться после школы; что такое дружба и кто может считаться настоящим другом; как можно помочь родителям; как можно помочь больным и беспомощным.

- Должны уметь: общаться без напряжения и страха; думать о своих поступках; избегать при общении лжи; стараться понимать своих родителей; уметь сдерживать себя в необходимой ситуации; стремиться избавиться от вредных привычек; уметь принимать и дарить подарки; оценивать свои поступки, за которые получили наказание; одеваться по ситуации; быть ответственным за своё поведение; помочь себе при сильной боли; уметь сервировать стол; соблюдать гостевой этикет; соблюдать правила поведения в транспорте и на улице, в театре, кино, школе; уметь разговаривать по телефону; уметь помочь себе справиться с ленью; уметь организовать свой досуг; выбрать друзей; уметь оказать посильную помощь родителям; помочь больным и беспомощным.

- Способ проверки:

- Наблюдение непосредственное и целенаправленное за поведением детей в школе на уроках, переменах, уроках физкультуры, во время экскурсий, походов; беседы с детьми и их родителями о соблюдении вне школы навыков здорового образа жизни; создание ситуации эксперимента; опрос на занятиях после пройденной темы; в конце года: театрализованное действие «Огонёк здоровья», «Путешествие в страну здоровья» с конкурсами на лучшее знание правил здорового образа жизни и умения их выполнять, урок - соревнование «Культура здорового образа жизни».

К концу 4 года обучения:

Должны знать: что такое здоровье, что такое эмоции, чувства, поступки и стресс; как помочь сохранить себе здоровье; должны знать, что принимая решение, каждый несёт ответственность за себя и окружающих; почему дышать табачным дымом опасно для здоровья; почему некоторые привычки называются вредными (курение, алкоголь, наркотики); что такое волевое поведение; почему алкоголь опасен для нашего здоровья; почему наркотики губительны для человека; знать, что взаимопомощь укрепляет здоровье мальчиков и девочек, а поддержка в семье сохраняет здоровье её членов.

Должны уметь: понимать, какое чувство провоцирует на тот или иной поступок (злость, зависть, гнев, радость); стараться избегать стрессов; уметь находить причину и последствия событий, уметь выбирать правильное для своего здоровья поведение; отвечать за своё решение; уметь противостоять, если кто-то будет предлагать покурить; заниматься самовоспитанием; уметь сказать нет, если кто-нибудь будет предлагать попробовать алкоголь или наркотики; уметь оказывать помощь своим одноклассникам, поддерживать и помогать членам своей семьи.

Способ проверки:

Наблюдение непосредственное и целенаправленное за поведением детей в школе на уроках, переменах, уроках физкультуры, во время экскурсий, походов; беседы с детьми и их родителями о соблюдении вне школы навыков здорового образа жизни; создание ситуации эксперимента; опрос на занятиях после пройденной темы; в конце года проведение нестандартных уроков и праздников на повторение изученного за всю начальную школу: театрализованное действие «Дружба», спортивный праздник «День здоровья», сюжетно-ролевые игры «Умеем ли мы правильно питаться» и «Я выбираю кашу», костюмированный праздник «Чистота и здоровье», игры-путешествия «Откуда берутся грязнули?», «Чистота и порядок» и «Будем делать хорошо и не будем плохо», урок – КВН «Наше здоровье», праздники «Я здоровье берегу – сам себе я помогу» и «Будьте здоровы»

3. Содержание курса внеурочной деятельности.

1 класс

Тема 1. *Советы доктора Воды. (1час)*

Вступительное слово учителя. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Заучивание слов. Беседа по стихотворению «Мойдодыр». Оздоровительная минутка. Советы доктора Воды. Игра «Доскажи словечко».

Тема 2. *Друзья Вода и мыло. (1час)*

Повторение правил доктора Воды. Сказка о микробах. Заучивание слов. Оздоровительная минутка. Игра «Наоборот». Творческая работа.

Тема 3. *Глаза – главные помощники человека. (1час)*

Беседа об органах зрения. Заучивание слов. Опыт со светом. Гимнастика для глаз. Игра «Полезно – вредно». Правила бережного отношения к зрению.

Тема 4. *Подвижные игры. (1час)*

Знакомство с доктором Свежий Воздух. Игры на свежем воздухе. «Мяч в воздухе», «Попрыгунчики», Раз, два, три-беги!»

Тема 5. *Чтобы уши слышали. (1час)*

Разыгрывание ситуации. Проведение опытов. Оздоровительная минутка. Правил сохранения слуха.

Тема 6. *Почему болят зубы. (1час)*

Игра «Угадай-ка!» Рассказ учителя. Анализ ситуации. Знакомство с доктором Здоровые Зубы. Упражнение «Держи осанку». Творческое рисование.

Тема 7. *Чтобы зубы были здоровыми. (1 час)*

Беседа. Знакомство с доктором Здоровая Пища. Упражнение «Спрятанный сахар». Оздоровительная минутка. Зачем человеку зубная щётка? Практическая работа. Разучивание стихотворение. Тест.

Тема 8. *Как сохранить улыбку красивой? (1 час)*

Психологический тренинг «Сотвори солнце в себе». Встреча с доктором Здоровые Зубы. Практические занятия. Оздоровительная минутка. Памятка «Как сохранить зубы». Творческая работа.

Тема 9. *«Рабочие инструменты» человека. (1 час)*

Разгадывание загадок. Работа с пословицами и поговорками. Оздоровительная минутка. Игра-соревнование «Кто больше?» Памятка «Это полезно знать». Практическая работа.

Тема 10. *Подвижные игры. (1 час)*

Разучивание игр «Медвежья охота», «Совушка», «Не пропусти мяч».

Тема 11. *Зачем человеку кожа. (1 час)*

Игра «Угадайка». Встреча с доктором Здоровая Кожа. Проведение опытов. Рассказ учителя. Оздоровительная минутка «Солнышко». Правила ухода за кожей.

Тема 12. *Надёжная защита организма. (1 час)*

Беседа об органах чувств. Рассказ учителя. Практическая работа. Оздоровительная минутка. Работа по таблице «Строение кожи». Моделирование схемы. Тест.

Тема 13. *Если кожа повреждена. (1 час)*

Рассказ учителя о повреждениях кожи. Игра «Можно или нельзя». Оздоровительная минутка «Этюд души». Практическая работа в парах «Как оказать первую помощь?»

Тема 14. *Подвижные игры. (1 час)*

Разучивание игр «Круговые салки», эстафеты со скакалками, «Весёлая эстафета», «Поезд».

Тема 15. *Питание – необходимое условие для жизни человека. (1 час)*

Повторение правил здоровья. Заучивание слов. Встреча с доктором Здоровая Пища. Упражнение для осанки «Гора». Работа по таблице «Органы пищеварения». Игра «Продолжи сказку».

Тема 16. *Здоровая пища для всей семьи. (1 час)*

Советы доктора Здоровая Пища. Анализ ситуации. Игра «Угадайка». Проведение опыта. Оздоровительная минутка. Игра «Что разрушает здоровье, что укрепляет?». Золотые правила питания.

Тема 17. *Сон – лучшее лекарство. (1 час)*

Игры «Можно - нельзя», «Юный кулинар». Повторение правил здоровья Анализ ситуации. Оздоровительная минутка «Хождение по камушкам», Игра по гигиене сна «Плохо – хорошо».

Тема 18. *Как настроение? (1 час)*

Встреча с доктором Любовь. Оздоровительная минутка. Упражнение «Азбука волшебных слов». Тест.

Тема 19. *Я пришёл из школы. (1 час)*

Беседа. Анализ и разыгрывание ситуации. Упражнение «Любишь – не любишь», Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ».

Тема 20. *Подвижные игры по выбору детей. (1 час)*

Тема 21-22. *Я – ученик. (2 часа)*

Оздоровительная минутка «Упражнения животных». Игра «Знаешь ли ты правила?» Творческая работа «Придумай правила». Анализ ситуаций. Чтение и работа по содержанию рассказов М.Кунина «Федя на перемене», «В гардеробе», «В столовой».

Тема 23-24. *Вредные привычки. (2 часа)*

Беседа «Это красивый человек». Игра «Да - нет». Оздоровительная минутка «Деревце». Анализ ситуации. Слово учителя. Заучивание слов. Это нужно запомнить! Практическая работа в парах.

Тема 25. *Подвижные игры. (1 час)*

Разучивание игр «Золотое зёрнышко», «Не зевай!», «Западня».

Тема 26. *Скелет – наша опора. (1 час)*

Рассказ учителя. Практическая работа. Оздоровительная минутка «Самомассаж ушей». Это интересно. Правила первой помощи.

Тема 27. *Осанка – стройная спина! (1 час)*

Встреча с доктором Стройная Осанка. Это интересно! Оздоровительная минутка. Работа по таблице. Правила для поддержания правильной осанки. Практические упражнения.

Тема 28. *Если хочешь быть здоров. (1 час)*

Сказка о микробах. Правила закаливания. Оздоровительная минутка. Практическая работа. Творческая работа. Это интересно! Тест «Здоровый человек – это...»

Тема 29. *Правила безопасности на воде. (1 час)*

Рассказ учителя. Знакомство с правилами поведения на воде. Работа по таблицам «Учись плавать». Имитация движений пловца.

Тема 30-31. *Подвижные игры. Весёлые старты. (2 часа)*

Тема 32-33 *Обобщающие занятия «Доктора здоровья». (2 часа)*

Встреча с докторами здоровья. Игра-рассуждение «Здоровый человек-это...», Оздоровительная минутка. Игра «Хорошо-плохо». Повторение правил здоровья. Памятка Здоровичков. Анализ ситуаций. Подвижные игры на воздухе.

2 класс

Тема 1. *Причины болезни. (1 час)*

Слово учителя. Повторение девиза «Уроков здоровья». Анализ стихотворения. Оздоровительная минутка. Повторение мудрых слов.

Тема 2. *Признаки болезни. (1 час)*

Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Грипп». Оздоровительная минутка. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Практическая работа по составлению правил «Как помочь больному?»

Тема 3. *Как здоровье? (1 час)*

Игра- соревнование «Кто больше знает?». Тест «Твоё здоровье», Оздоровительная минутка. Практическая работа «Помоги себе сам».

Тема 4. *Как организм помогает себе. (1 час)*

Повторение причин болезни. Рассказ учителя. Режим дня. Оздоровительная минутка. Тест «Умеешь ли ты готовить уроки?». Составление памятки «Как правильно готовить уроки».

Тема 5. *Здоровый образ жизни. (1 час)*

Встреча с докторами Здоровья. Повторение правил. Анализ ситуации. Игра «Вставь словечко». Оздоровительная минутка. Мудрые слова доктора Свежий Воздух.

Тема 6. *Какие врачи нас лечат. (1 час)*

Повторение составляющих здорового образа жизни. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации. Самоанализ здоровья.

Тема 7. *Инфекционные болезни. (1 час)*

Слово учителя. Словарная работа. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Оздоровительная минутка. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Поднялась температура...»

Тема 8. *Прививки от болезней. (1 час)*

Рассказ учителя. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Прививка». Оздоровительная минутка. Игра «Полезно – вредно».

Тема 9. *Какие лекарства мы выбираем. (1 час)*

Игра «Кто больше знает?» Беседа «Из чего получают лекарства». Словарная работа. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова.

Тема 10. *Домашняя аптечка. (1 час)*

Игра «Светофор здоровья». Анализ ситуации. Работа над стихотворением С. Михалкова «Для больного человека...» Аптека дома. Оздоровительная минутка. Это полезно знать!

Тема 11. *Отравление лекарствами. (1 час)*

Беседа по теме. Игра – соревнование «Кто больше?» Оздоровительная минутка. Признаки лекарственного отравления. Помоги себе сам! Практическая работа.

Тема 12. *Пищевые отравления. (1 час)*

Повторение признаков лекарственного отравления. Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Признаки пищевого отравления. Первая помощь при отравлениях.

Тема 13. *Если солнечно и жарко. (1 час)*

Повторение правил поведения при пищевом отравлении. Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Забыла Таня про обед...» Оздоровительная минутка. Признаки солнечного ожога. Практическая работа «Помоги себе сам!»

Тема 14. *Если на улице дождь и гроза. (1 час)*

Повторение правил. Беседа по картине К. Маковского «Дети, бегущие от грозы». Правила поведения при грозе. Оздоровительная минутка. Помоги себе сам!

Тема 15. *Опасность в нашем доме. (1 час)*

Рассказ учителя. Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Мама приходит с работы...» Правила безопасного поведения в доме. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья».

Тема 16. *Как вести себя на улице. (1 час)*

Рассказ учителя. Правило перехода улицы в местах, где нет светофора. Игра «Светофор здоровья». Оздоровительная минутка. Анализ ситуации. Заучивание слов. Правила безопасности поведения в транспорте.

Тема 17. *Вода – наш друг. (1 час)*

Встреча с доктором Вода. Правила поведения на воде. Обсуждения стихотворения И. Емельянова. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья». Когда опасность рядом.

Тема 18. *Как уберечься от мороза. (1 час)*

Работа с отрывком из сказки С. Михалкова «Мороз и морозец». Признаки обморожения. Оздоровительная минутка. Составление правил. Игра «Полезно – вредно».

Тема 19. *Чтобы огонь не причинил вреда. (1 час)*

Повторение правил поведения на воде. Беседа «Чем опасен огонь?» Игра «Светофор здоровья». Обсуждение ситуаций. Оздоровительная минутка. Правила поведения при пожаре в доме. Практическая работа «План эвакуации при пожаре».

Тема 20. *Чем опасен электрический ток. (1 час)*

Повторение правил поведения при пожаре в доме. Рассказ учителя. Словарная работа. Первая помощь пострадавшему. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья».

Тема 21. *Травмы. (1 час)*

Виды травм. Оказание первой помощи при порезах, ушибах, переломах (практическая работа в парах). Оздоровительная минутка. Заучивание слов.

Тема 22. *Укусы насекомых. (1 час)*

Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Вдруг какой – то страшный зверь...» Признаки аллергии. Помоги себе сам. Оздоровительная минутка. Словарная работа. Заучивание слов.

Тема 23. *Что мы знаем про собак и кошек. (1 час).*

Беседа о домашних животных. Обсуждение стихотворения. Правила обращения с животными. Оздоровительная минутка. Составление правил. Это интересно!

Тема 24. *Отравление ядовитыми веществами. (1час)*

Виды отравлений. Игра – соревнование «Кто больше знает?» Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья» Признаки отравления ядовитыми веществами. Словарная работа. Первая помощь при отравлениях.

Тема 25. *Отравление угарным газом. (1час)*

Беседа по теме. Заучивание слов. Оздоровительная минутка. Признаки отравления угарным газом. Помоги себе сам (составление правил). Игра «Вставь пропущенные слова».

Тема 26. *Как помочь себе при тепловом ударе. (1час)*

Рассказ учителя. Признаки теплового удара. Оздоровительная минутка. Помоги себе сам! Игра «Светофор здоровья».

Тема 27. *Растяжение связок и вывих костей. (1час)*

Повторение «Какие бывают травмы». Рассказ учителя. Признаки растяжения связок и вывиха костей. Оздоровительная минутка. Практическая работа в группах.

Тема 28. *Переломы. (1час)*

Виды переломов. Знакомство с правилами. Оздоровительная минутка. Практическая работа в парах.

Тема 29. *Если ты ушибся или порезался. (1час)*

Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Таня пальчик наколола...» Оздоровительная минутка. Помоги себе сам! Словарная работа. Практическая работа в парах.

Тема 30. *Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело. (1час)*

Беседа по теме. Если соринка попала в глаз. Оздоровительная минутка. Когда крошка попала в горло. Если что-то попало в ухо. Отгадывание кроссворда «Органы».

Тема 31. *Укусы змей. (1час)*

Рассказ учителя. Это интересно! Признаки укусы змеи. Оздоровительная минутка. Первая помощь при укусе змеи. Отгадывание кроссворда.

Тема 32. *Расту здоровым. (1час)*

Рассказ учителя о неизлечимых болезнях века. Оздоровительная минутка. Решение задач.

Тема 33. *Воспитай себя. (1час)*

Беседа по теме. Тест «Оцени себя сам». Оздоровительная минутка.

Тема 34. *Я выбираю движение. Обобщающий урок. (1час)*

Урок – праздник «В путь дорогу собирайтесь, за здоровьем отправляйтесь!»

3 класс

Тема 1. *Как воспитывать уверенность и бесстрашие. (1час)*

Беседа по теме «Как воспитывать уверенность и бесстрашие.» Работа по стихотворению Э Успенского «Академик Иванов». Анализ ситуации по стихотворению И. Токмаковой «Не буду бояться». Игра «Давайте разберемся», практическое занятие.

Тема 2. *Учимся думать. (1час)*

Беседа по теме занятия. Заучивание слов. Игра «Почему это произошло?». Беседа «Свое мнение».

Тема 3. *Спеши делать добро. (1час)*

Игра «продолжи сказку». Беседа по теме. Заучивание пословицы. Игра в пословицы. Беседа «Доброта, отзывчивость, скромность».

Тема 4. *Поможет ли нам обман. (1час)*

Беседа «Что такое ложь?». Игра «Продолжите рассказы». Творческая работа.

Тема 5. *«Неправда – ложь» в пословицах и поговорках. (1час)*

Чтение рассказа Л. Н. Толстого «Косточка». Беседа по прочитанному. Заучивание слов. Заучивание пословиц о правде и лжи.

Тема 6. *Надо ли прислушиваться к советам родителей. (1час)*

Беседа по теме. Анализ ситуаций на примере стихотворения С. Михалкова «Я ненавижу слово «спать». Творческая работа «Портрет родителей». Пожелание себе. Чтение и обсуждение отрывка из рассказа Е. Чарушина «Курочка».

Тема 7. *Почему дети и родители не всегда понимают друг друга. (1 час)*

Беседа по теме. Анализ рассказа М. Горького «Воробышек». Оздоровительная минутка. Игра «Почему нам запрещают?».

Тема 8. *Все ли желания выполнимы. (1 час)*

Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворениях «Две сестрички дружно жили» и А. Барто «Девочка - рёвушка. Толкование пословиц и крылатых выражений.

Тема 9. *Как воспитать в себе сдержанность. (1 час)*

Беседа «Что такое каприз?». Игра «Проверь себя». Оздоровительная минутка. Работа с толковым словарем. Толкование пословиц.

Тема 10- 11. *Как отучить себя от вредных привычек. (2 часа)*

Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Пятерня! Пятерня!». Беседа по теме «Вредные привычки». Составление памятки «Это полезно знать!». Повторение основного девиза. Работа со стихотворением Г. Остера «Нет приятнее занятия...». Заучивание слов. Игра «Давай поговорим». Чтение стихотворений на тему занятия.

Тема 12. *Я принимаю подарок. (1 час)*

Беседа по теме. Игра «Закончите предложение». Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «Если ты пришел на елку...» и Н. Носова «Письмо Незнайки». Составление памятки «Это полезно помнить!». Игра «Подбери слова благодарности».

Тема 13. *Я дарю подарки. (1 час)*

Беседа по теме. Анализ ситуации из песни Э Успенского «У нашей мамы праздник» и стихотворении Г. Остера «Если друг на день рождения...». Ввод понятия «эмоция» и его происхождение. Игра «Выбери ответ». Составление памятки «Это полезно знать!».

Тема 14. *Наказание. (1 час)*

Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении «Мальчик нарядный в гости идет» и стихотворении Э Мошковой «Я ушел в свою обиду». Творческая работа.

Тема 15. *Одежда. (1 час)*

Беседа по теме. Игра «Кто больше знает?». Игра «Закончи фразу». Толкование пословицы. Игра «Найди правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Э Мошковой «Смотрите, в каком я платье!». Обсуждение высказывания А. П. Чехова.

Тема 16. *Ответственное поведение. (1 час)*

Беседа по теме. Игра «Закончите высказывание». Составление памятки «Правила поведения с незнакомыми людьми». Чтение стихов «Азбука безопасности». Анализ ситуации по отрывку из рассказа А. Раскина «Как папа опаздывал».

Тема 17. *Боль. (1 час)*

Разгадывание кроссворда. Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении О. Дриза «Шип в мою ладонь впился...». Игра «Закончите фразу».

Тема 18. *Сервировка стола. (1 час)*

Беседа по теме. Разгадывание кроссворда. Работа над правильным правописанием и произношением слова «аппетит». Беседа «Как правильно накрыть стол». Практическая работа по этой теме. Беседа «Мы идем в кафе».

Тема 19. *Правила поведения за столом. (1 час)*

Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении З. Александровой «Ложкою мешая, сердится Танюшка...» Работа над правилами поведения за столом. Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «От знакомых уходя...»

Тема 20. *Ты идешь в гости. (1 час)*

Анализ ситуаций. Беседа по теме. Составление приглашений. Составление памятки «В гости надо приходиться...»

Тема 21. *Как вести себя в транспорте и на улице. (1 час)*

Беседа по теме. Составление памятки «О правилах поведения в транспорте, на улице». Чтение стихотворений «Азбука поведения». Игра «Выбери правильный ответ».

Тема 22. *Как вести себя в театре, кино, школе. (1 час)*

Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении А. Барто «В театре». Игра «Найди правильный ответ». Беседа «Правила поведения в общественных местах, школе, в детском саду, на игровой площадке».

Тема 23. *Умеем ли мы вежливо обращаться. (1 час)*

Беседа по теме. Игра «Комплимент». Анализ ситуации. Беседа «Умей правильно отказаться от предложения». Чтение стихотворений о «волшебных» словах.

Тема 24. *Умеем ли мы разговаривать по телефону. (1 час)*

Беседа по теме. Игра «Телефон». Составление памятки «Правила ведения телефонного разговора». Игра «Комплимент».

Тема 25. *Помоги себе сам. (1 час)*

Анализ ситуации в стихотворении И. Токмаковой «Скоро в школу». Работа с мудрыми мыслями. Беседа по теме. Чтение и анализ стихотворения С. Маршака «Кот и лодыри». Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «Если друг твой самый лучший...» Игра «Закончи предложения».

Тема 26. *Умей организовать свой досуг. (1 час)*

Беседа по теме. Стихотворный монтаж. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в потешных сказках (по мотивам русского фольклора).

Тема 27. *Что такое дружба. (1 час)*

Беседа по теме. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ». Игра «Хочу быть». Чтение стихотворения П. Синявского «Ветерок с березкой шепчется». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Отец и сыновья».

Тема 28. *Кто может считаться настоящим другом. (1 час)*

Беседа по теме. Чтение и анализ отрывка из рассказа В. Осеевой «Долг». Игра «Продолжи предложение». Анализ ситуации в стихотворении А. Шалыгина «Настроение упало». Игра «Любит - не любит». Анализ выражения А. Экзюпери «Ты всегда в ответе за тех, кого приручил...»

Тема 29. *Как доставить родителям радость. (1 час)*

Чтение отрывков из стихотворений детских писателей. Беседа по теме. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в стихотворении Г. Ширковца «Не пойму я взрослых этих...» Игра «Комплимент».

Тема 30. *Если кому -нибудь нужна твоя помощь. (1 час)*

Беседа по теме. Игра «Выбери правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Е. Благиной «Наш дедушка». Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Старый дед и внучек».

Тема 31. *Спешите делать добро. (1 час)*

Беседа по теме. Толкование пословиц. Игра «Кто больше знает?» Высказывания великих людей о доброте. Инсценировка отрывка из произведения Н. Носова «Приключения Незнайки и его друзей». Чтение стихотворений о доброте.

Тема 32. *Огонек здоровья. (1 час)*

Беседа по теме Театральная постановка «Доктор Айболит». Викторина «Будь здоров!» Работа над пословицами о здоровье.

Тема 33. *Путешествие в страну здоровья. (1 час)*

Игра- путешествие «В страну здоровья». Станция «Мой додыр» (о личной гигиене). Станция «Неосторожность» (оказание первой помощи при несчастных случаях). Станция «Не болей» (профилактика инфекционных заболеваний). Станция «Опрятность» (уход за одеждой). Станция «Долой грязь» (гигиена жилища) и т. д.

Тема 34. *Культура здорового образа жизни. (1 час)*

Урок - соревнование. Культура поведения. Человек и окружающий мир. Культура общения. Человек и его здоровье. Писатели детям.

4 класс

Тема 1. *Что такое здоровье? (1час)*

Слово учителя. Практическая работа. Встреча с медсестрой. Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим». Творческое задание «Здоровье – это...»

Тема 2. *Что такое эмоции? (1час)*

Практическая работа. Работа со словарём. Игры «Кто больше знает?», «Продолжи предложение». Оздоровительная минутка. Игра «Твоё имя».

Тема 3. *Чувства и поступки. (1час)*

Работа со стихотворением Дж. Родари. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Творческая работа в тетради.

Тема 4. *Стресс. (1час)*

Рассказ учителя. Словарная работа. Практическая работа. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Заучивание слов.

Тема 5. *Учимся думать и действовать. (1час)*

Повторение. Чтение и анализ стихотворений. Оздоровительная минутка. Беседа по теме. Игра «Что? Зачем? Как?»

Тема 6. *Учимся находить причину и последствия событий. (1час)*

Игра «Почему это произошло?» Работа с пословицами. Оздоровительная минутка. Игры «Назови возможные последствия», «Что? Зачем? Как?»

Тема 7. *Умей выбирать. (1час)*

Анализ сказки. Оздоровительная минутка. Беседа по теме. Игра «Комплимент».

Тема 8. *Принимаю решение. (1час)*

Практическая работа по составлению правил. Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Психологический тренинг. Работа со стихотворением Б. Заходера «Что красивей всего?»

Тема 9. *Я отвечаю за своё решение. (1час)*

Практическая работа. Анализ ситуации. Оздоровительная минутка. Игры «Что я знаю о себе», «Продолжите предложение».

Тема 10. *Что мы знаем о курении. (1час)*

Игра «Волшебный стул». Встреча с медработником. Работа над пословицами. Беседа по сказке. Оздоровительная минутка. Это интересно! Творческая работа.

Тема 11. *Зависимость. (1час)*

Анализ ситуации в стихотворении Э. Мошковской «Странные вещи». Словарная работа. Оздоровительная минутка. Это полезно знать! Игра «Давай поговорим».

Тема 12. *Умей сказать НЕТ. (1час)*

Анализ ситуации. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Игры «Давай поговорим», «Что? Зачем? Как?».

Тема 13. *Как сказать НЕТ. (1час)*

Игра «Зеркало и обезьяна». Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Игра «Продолжите предложение». Толкование пословиц. Психологический тренинг.

Тема 14. *Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ? (1час)*

Работа со стихотворением А. Костецкого «Я всё люблю, что есть на свете...» Игра «Комплимент». Оздоровительная минутка. Рассказ учителя. Работа с плакатом «Дерево решений». Практическая работа.

Тема 15. *Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения. (1час)*

Анализ ситуации. Игра «Выбери правильный ответ». Оздоровительная минутка. Работа с деревом решений. Творческая работа.

Тема 16. *Волевое поведение. (1час)*

Рассказ учителя. Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Игра «Сокровища сердца». Психологический тренинг.

Тема 17. *Алкоголь. (1час)*

Встреча с медработником. Коллективное рисование. Это интересно! Оздоровительная минутка. Игра «Беседа по кругу». Это полезно помнить!

Тема 18. *Алкоголь – ошибка. (1час)*

Работа над стихотворением. Анализ ситуации в басне С.Михалкова «Непьющий воробей». Игра «Выбери ответ». Оздоровительная минутка. Это полезно помнить! Психологический тренинг.

Тема 19. *Алкоголь – сделай выбор. (1час)*

Беседа по теме. Игра «Список проблем». Оздоровительная минутка. Творческая работа с деревом решений. Психологический тренинг.

Тема 20. *Наркотик. (1час)*

Анализ ситуации. Рассказ учителя. Встреча с медработником. Оздоровительная минутка. Правила безопасности. Творческая работа. Игра «Давай поговорим».

Тема 21. *Наркотик – тренинг безопасного поведения. (1час)*

Игра «Пирамида». Повторение правил. Оздоровительная минутка. Практическая работа. Игра «Давай поговорим». Психологический тренинг.

Тема 22. *Мальчишки и девчонки. (1час)*

Беседа по теме. Игра «Противоположности». Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Если был бы я девчонкой...» Творческая работа.

Тема 23. *Моя семья. (1час)*

Защита рисунков. Анализ ситуации в рассказе К.Д.Ушинского «Сила не право». Оздоровительная минутка. Чтение и анализ стихотворения. Игра «Продолжи предложение».

Тема 24. *Дружба. (1час)*

Игровое занятие с любимыми героями. Разыгрывание ситуаций.

Тема 25. *День здоровья. (1час)*

Открытие праздника. Игры и соревнования.

Тема 26. *Умеем ли мы правильно питаться?(1час)*

Сюжетно - ролевая игра «Мы идём в магазин». Это интересно! Отгадывание загадок. Оздоровительная минутка «Вершки и корешки». Инсценировка «Спор овощей». Игра «Какие овощи выросли в огороде?» Встреча с Доктором Айболитом.

Тема 27. *Я выбираю кашу. (1час)*

Игра «Пословицы запутались». Это интересно! Игры «Отгадай - ка», «Затейники». Оздоровительная минутка «Зёрнышко». Конкурс «Самая вкусная и полезная каша» Игра «Угадай сказку».

Тема 28. *Чистота и здоровье. (1час)*

Праздник чистоты с Мойдодыром. Инсценировка. Игра «Три движения».

Тема 29. *Откуда берутся грязнули? (игра – путешествие) (1час)*

Остановка на станции «Грязнулька». Анализ ситуаций в стихотворении Л. Яхнина «Жил на свете мальчик странный...», Э. Успенского «Очень страшная история». Это полезно помнить! Работа со стихотворением.

Тема 30. *Чистота и порядок (продолжение путешествия). (1час)*

Работа с пословицами и поговорками. Игра «Угадай». Оздоровительная минутка. Работа со стихотворениями.

Тема 31. *Будем делать хорошо и не будем плохо.(1час)*

Беседа по теме. Работа с пословицами. Высказывания о доброте. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Это интересно! Чтении и анализ стихотворений.

Тема 32. *КВН «Наше здоровье» (1час)*

Тема 33. *Я здоровье берегу – сам себе я помогу (урок-праздник) (1час)*

Тема 34. *Будем здоровы. (1час)*

Посещение медицинского кабинета. Игра «Письма». Практическая работа «Выпуск стенной газеты».

4. Тематическое планирование

1 год обучения(33 часа)

№	№ п/п	Тема занятия	Всего часов	Форма организации деятельности
1	1.1	Советы доктора Воды.	1	<u>Словесные</u> : рассказ, беседа по теме, заучивание слов
2	1.2	Друзья Вода и Мыло.	1	«От простой воды и мыла у микробов тают силы», анализ сказки <u>Наглядные</u> : демонстрация, «Сказка о микробах» <u>Практические</u> : анализ игровой ситуации, стадии мытья и вытирания рук, оздоровительная минутка
3	1.3	Глаза – главные помощники человека.	1	<u>Словесные</u> : беседа по теме, заучивание слов «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу» <u>Наглядные</u> : наблюдение опыта <u>Практические</u> : игра «Полезно-вредно», оздоровительная минутка «Гимнастика для глаз»
4	1.4	Подвижные игры	1	Соблюдать правила игры.
5	1.5	Чтобы уши слышали.	1	<u>Словесные</u> : беседа по теме, рассказ <u>Наглядные</u> : наблюдение опыта, наблюдение самомассажа ушей <u>Практические</u> : проведение опыта, оздоровительная минутка «Самомассаж ушей»
6	1.6	Почему болят зубы.	1	<u>Словесные</u> : беседа по теме, анализ стихотворения,
7	1.7	Чтобы зубы были здоровыми.	1	разучивание стихотворения <u>Наглядные</u> : стихотворение С. Михалкова «Как у нашей Любы...», стихотворение «Как поел, почистил зубки...»
8	1.8	Как сохранить улыбку красивой.	1	<u>Практические</u> : рисование, практикум «Чистка зубов»,
9	1.9	Подвижные игры	1	упражнения, оздоровительная минутка «Держи осанку», «Сотвори солнце в себе»
10	1.10	«Рабочие инструменты» человека.	1	<u>Словесные</u> : беседа по теме <u>Наглядные</u> : наблюдение <u>Практические</u> : упражнения, игра-соревнование, оздоровительная минутка
11	1.11	Зачем человеку кожа	1	<u>Словесные</u> : беседа по теме, рассказ
12	1.12	Надёжная защита организма	1	<u>Наглядные</u> : наблюдение, плакат «Кожа»
13	1.13	Если кожа повреждена	1	<u>практические</u> : проведение опыта, игра, упражнения, этюд, оздоровительная минутка
14	1.14	Подвижные игры	1	
15	1.15	Питание – необходимое условие для жизни человека	1	<u>Словесные</u> : заучивание слов «Рано утром просыпайся...», беседа по теме, продолжение сказки <u>Наглядные</u> : стихотворение С. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала», наблюдение
16	1.16	Здоровая пища для всей семьи	1	<u>Практические</u> : упражнения, игра, опыт, оздоровительная минутка
17	1.17	Сон – лучшее лекарство	1	<u>Словесные</u> : беседа, анализ стихотворения <u>Наглядные</u> : стихотворение С. Михалкова «Не спать», плакат «Режим дня школьника» <u>Практические</u> : игра, оздоровительная минутка
18	1.18	Какое настроение?	1	<u>Словесные</u> : беседа по теме

				<u>Наглядные:</u> наблюдение <u>Практические:</u> упражнения по теме, оздоровительная минутка
19	1.19	Я пришёл из школы	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации,
20	1.20	Подвижные игры	1	<u>Наглядные:</u> демонстрация и наблюдение сценки <u>Практические:</u> выполнение заданий, игра, тест, рисование, анкетирование, оздоровительная минутка
21	1.21	Я - ученик	1	<u>Словесные:</u> беседа, анализ ситуации
22	1.22	Я - ученик	1	<u>Наглядные:</u> стихотворение Б. Заходера «Перемена», рассказ «Федя на перемене», рассказ М. Куниной «В гардеробе» <u>Практические:</u> оздоровительная минутка, игра
23	1.23	Вредные привычки	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации, рассказ,
24	1.24	Вредные привычки	1	заучивание слов
25	1.25	Подвижные игры	1	<u>Наглядные:</u> демонстрация и наблюдение сценки <u>Практические:</u> решение задач, оздоровительная минутка, разыгрывание ситуации
26	1.26	Скелет – наша опора	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации
27	1.27	Осанка – стройная спина	1	<u>Наглядные:</u> плакат «Скелет человека», <u>Практические:</u> упражнения по теме, оздоровительная минутка
28	1.28	Если хочешь быть здоров	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, объяснение <u>Наглядные:</u> выставка рисунков <u>Практические:</u> рисунки по теме, выполнение заданий, оздоровительная минутка
29	1.29	Правила безопасности на воде	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> плакаты по теме
30	1.30	Подвижные игры	1	<u>Практические:</u> выполнение заданий, оздоровительная минутка, игры
31	1.31	Подвижные игры	1	
32	1.32	Обобщающие уроки «Доктора природы»	1	<u>Наглядные:</u> карточки «Эмоции» <u>Практические:</u> тренинг, упражнения, этюды
33	1.33	Обобщающие уроки «Доктора природы»	1	

Тематическое планирование
2 год обучения(34часа)

№	№ п/п	Тема занятия	Всего часов	Форма организации деятельности
1	1.1	Причина болезни	1	<u>Словесные:</u> рассказ, беседа по теме
2	1.2	Признаки болезни	1	<u>Наглядные:</u>
3	1.3	Как здоровье?	1	<u>Практические:</u> упражнения по теме, игра-соревнование, тест, оздоровительная минутка
4	1.4	Как организм помогает себе сам	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> плакат «Режим дня школьника», стихотворение С. Михалкова «Разве что-то есть на свете...»
5	1.5	Здоровый образ жизни	1	<u>Практические:</u> упражнения по теме, тест, оздоровительная минутка

6	1.6	Какие врачи нас лечат	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение С. Михалкова «Разве что-то есть на свете...» <u>Практические:</u> валеологический самоанализ, оздоровительная минутка
7	1.7	Инфекционные болезни	1	<u>Словесные:</u> рассказ, беседа по теме, анализ стихотворения
8	1.8	Прививки от болезней	1	<u>Наглядные:</u> запись слов «инфекция» и «иммунитет», стихотворение С. Михалкова «Поднялась температура...» <u>Практические:</u> игра, оздоровительная минутка
9	1.9	Какие лекарства мы выбираем	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> запись слов «аллергия» и «антибиотики», лекарственные препараты
10	1.10	Домашняя аптека	1	<u>Практические:</u> валеологический самоанализ, анализ ситуации, оздоровительная минутка
11	1.11	Отравление лекарствами	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> сказка К. Чуковского «Айболит»
12	1.12	Пищевые отравления	1	<u>Практические:</u> проверка пульса, оздоровительная минутка
13	1.13	Если солнечно и жарко	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение Ф. И. Тютчева «Люблю грозу в начале мая...», картина К. Е. Маковского «Дети, бегущие от грозы»
14	1.14	Если на улице дождь и гроза	1	<u>Практические:</u> «Помоги себе сам», оздоровительная минутка
15	1.15	Опасность в нашем доме	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение Э. Успенского «Мама приходит с работы», стихотворение С. Михалкова «Возле площади затоп...»
16	1.16	Как вести себя на улице	1	<u>Практические:</u> игра, оздоровительная минутка
17	1.17	Вода - наш друг	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение С. Михалкова «У моста стоит Авошь...» <u>Практические:</u> игра, оздоровительная минутка
18	1.18	Как уберечься от мороза	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение С. Михалкова «Мороз и Морозец»
19	1.19	Чтобы огонь не причинил вреда	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> план эвакуации школы <u>Практические:</u> разбор ситуаций, игра, оздоровительная минутка
20	1.20	Чем опасен электрический ток	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> памятка <u>Практические:</u> игра, оздоровительная минутка
21	1.21	Травмы	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, заучивание слов <u>Наглядные:</u> стихотворение <u>Практические:</u> первая помощь при травме, оздоровительная минутка
22	1.22	Укусы насекомых	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> запись слова «пинцет», стихотворение С.

				Михалкова Вдруг какой-то страшный зверь...» <u>Практические:</u> признаки аллергии, оздоровительная минутка
23	1.23	Что мы знаем про собак и кошек	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение «Не зря собака тех кусает...» <u>Практические:</u> правила обращения с животными, «Помоги себе сам», оздоровительная минутка
24	1.24	Отравление ядовитыми веществами	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, заучивание слов <u>Наглядные:</u> стихотворение «Если в доме появился дым...», С. Маршака «Заклубился дым угарный...»
25	1.25	Отравление угарным газом	1	<u>Практические:</u> правила обращения с животными, «Помоги себе сам», оздоровительная минутка
26	1.26	Как помочь себе при тепловом ударе	1	<u>Практические:</u> «Признаки теплового удара», «Помоги себе сам», оздоровительная минутка
27	1.27	Растяжение связок и вывих костей	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение С. Михалкова «Ганя пальчик наколола...»
28	1.28	Переломы	1	<u>Практические:</u> «Помоги себе сам», оздоровительная минутка
29	1.29	Если ты ушибся или порезался	1	
30	1.30	Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> плакаты по теме <u>Практические:</u> упражнения по теме, опрос, оздоровительная минутка
31	1.31	Укус змеи	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> плакаты по теме <u>Практические:</u> упражнения по теме, опрос, оздоровительная минутка
32	1.32	Расти здоровым	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> плакаты по теме <u>Практические:</u> оздоровительная минутка
33	1.33	Воспитавай себя	1	
34	1.34	Я выбираю движение	1	

Тематическое планирование

3 год обучения(34часа)

№	№ п/п	Тема занятия	Всего часов	Форма организации деятельности
1	1.1	Как воспитывать уверенность и бесстрашие.	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение Э. Успенского «Академик Иванов» <u>Практические:</u> практикум «Снятие страхов»
2	1.2	Учимся думать.	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, заучивание слов, продолжение сказки, заучивание пословицы <u>Наглядные:</u> пословицы <u>Практические:</u> игры <u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ рассказа, заучива-
3	1.3	Спешит делать добро.	1	

				ние слов <u>Наглядные:</u> рассказ Л. Н. Толстого «Косточка»
4	1.4	Поможет ли нам обман.	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ рассказа
5	1.5	«Неправда – ложь» в пословицах и поговорках.	1	<u>Наглядные:</u> стихотворение С. Михалкова «Я ненавижу слово «спать»!...», рассказ Е. Чарушина «Курочка», рассказ А. М. Горького «Воробышек» <u>Практические:</u> игра <u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, что значит «сдержаться» <u>Наглядные:</u> стихотворение «Хотел иметь я птичку», стихотворение А. Барто и П. Барто «Девочка-рёвушка», пословицы <u>Практические:</u> интерпретация пословиц, игра
6	1.6	Надо ли прислушиваться к советам родителей.	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации, заучивание слов <u>Наглядные:</u> стихотворение С. Михалкова «Пятерня! Пятерня!», стихотворение Г. Остера «Нет приятнее занятия...»
7	1.7	Почему дети и родители не всегда понимают друг друга.	1	<u>Практические:</u> игра <u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение Э. Успенского «Академик Иванов» <u>Практические:</u> практикум «Снятие страхов»
8	1.8	Все ли желания выполнимы.	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, заучивание слов, продолжение сказки, заучивание пословицы
9	1.9	Как воспитать в себе сдержанность.	1	<u>Наглядные:</u> пословицы <u>Практические:</u> игры <u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ рассказа, заучивание слов <u>Наглядные:</u> рассказ Л. Н. Толстого «Косточка» <u>Практические:</u> практикум
10	1.10	Как отучить себя от вредных привычек.	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ рассказа
11	1.11	Как отучить себя от вредных привычек.	1	<u>Наглядные:</u> стихотворение С. Михалкова «Я ненавижу слово «спать»!...», рассказ Е. Чарушина «Курочка», рассказ А. М. Горького «Воробышек» <u>Практические:</u> игра
12	1.12	Я принимаю подарок.	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение Г. Остера «Если ты пришёл на ёлку...»
13	1.13	Я дарю подарки.	1	<u>Практические:</u> игра, анализ ситуаций <u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение «Например, тебя хотят...», стихотворение Э. Мошковской «Я ушёл в свою обиду...» <u>Практические:</u> анализ ситуации, практикум
14	1.14	Наказание.	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение Э. Мошковской «Смотрите, в каком я платье...»

				<u>Практические:</u> игра, упражнения
15	1.15	Одежда.	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение «Азбука безопасности» <u>Практические:</u> закончи высказывание
16	1.16	Ответственное поведение.	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение О. Дриз «Шип в мою ладонь впился...» <u>Практические:</u> кроссворд, игра
17	1.17	Боль.	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, рассказ, объяснение, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение З. Александровой «Ложкою мешая...», стихотворение Г. Остера «От знакомых уходя...», сервировка стола <u>Практические:</u> кроссворд, практикум
18	1.18	Сервировка стола.	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, объяснение
19	1.19	Правила поведения за столом.	1	<u>Наглядные:</u> стихотворение Г. Остера «Если ты пришёл к знакомым...», <u>Практические:</u> составление письменного приглашения <u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение Г. Остера «Если ты пришёл на ёлку...» <u>Практические:</u> игра, анализ ситуаций
20	1.20	Ты идешь в гости.	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение «Например, тебя хотят...», стихотворение Э. Мошковской «Я ушёл в свою обиду...» <u>Практические:</u> анализ ситуации, практикум
21	1.21	Как вести себя в транспорте и на улице.	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение «Азбука поведения в стихах...», стихотворение А. Барто «В театре»
22	1.22	Как вести себя в театре, кино, школе.	1	<u>Практические:</u> игра <u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> наблюдение ситуации <u>Практические:</u> упражнения на правила общения, игра
23	1.23	Умеем ли мы вежливо обращаться.	1	<u>Словесные:</u> анализ ситуации, беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение С. Маршака «Кот и лодыри»
24	1.24	Умеем ли мы разговаривать по телефону.	1	<u>Практические:</u> игра <u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворный монтаж, потешные сказки <u>Практические:</u> игра
25	1.25	Помоги себе сам	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, чтение стихов, анализ ситуации, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворения П. Синявского, стихотворение В. Орлова «Кто кого обидел первый?», рассказ Л. Н. Толстого «Отец и сыновья» <u>Практические:</u> упражнения по теме, игра

26	1.26	Умей организовать свой досуг.	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение «Азбука поведения в стихах...», стихотворение А. Барто «В театре» <u>Практические:</u> игра
27	1.27	Что такое дружба.	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации
28	1.28	Кто может считаться настоящим другом.	1	<u>Наглядные:</u> наблюдение ситуации <u>Практические:</u> упражнения на правила общения, игра
29	1.29	Как доставить родителям радость.	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, чтение стихов, анализ ситуации, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворения А. Усатовой, В. Берестова, Е. Благиной; стихотворение Г. Ширковца «Не пойму я взрослых этих» <u>Практические:</u> игры, анализ ситуаций
30	1.30	Если кому-нибудь нужна твоя помощь.	1	<u>Словесные:</u> беседа, анализ ситуаций, анализ пословиц, объяснение <u>Наглядные:</u> стихотворение Е. Благиной «Наш дедушка не любит тени...», рассказ «Старый дед и внучок»
31	1.31	Спешите делать добро.	1	<u>Практические:</u> анализ ситуаций, дидактическая игра, ролевая игра Драматизация с целью ознакомления с историей врачевания
32	1.32	Огонек здоровья.	1	Конкурс на лучшее знание правил ЗОЖ и умения их выполнять
33	1.33	Путешествие в страну здоровья.	1	
34	1.34	Культура здорового образа жизни.	1	

Тематическое планирование

4 год обучения

№	№ п/п		Всего часов	Форма организации деятельности
1	1.1	Что такое здоровье?	1	<u>Словесные:</u> объяснение, беседа по теме, анализ стихотворения, заучивание слов
2	1.2	Что такое эмоции?	1	<u>Наглядные:</u> стихотворения, иллюстрации «Эмоции»
3	1.3	Чувства и поступки	1	<u>Практические:</u> работа со словарём, анализ ситуации, практикум
4	1.4	Стресс	1	<u>Словесные:</u> чтение стихов детьми, беседа по теме <u>Наглядные:</u> стихотворения, пословицы, сказки <u>Практические:</u> анализ ситуаций, игры, тренинг <u>Словесные:</u> рассказы детей, беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворения, ситуации <u>Практические:</u> анализ ситуаций, игры, практикум <u>Словесные:</u> рассказы детей, беседа по теме <u>Наглядные:</u> рассказы, рисунки <u>Практические:</u> игра, практикум, рисование

5	1.5	Учимся думать и действовать	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ пословицы
6	1.6	Учимся находить причину и последствия событий	1	<u>Наглядные:</u> стихотворения, пословицы <u>Практические:</u> словарная работа, анализ ситуаций, игра, тренинг, практикум <u>Словесные:</u> беседа по теме
7	1.7	Умей выбирать	1	<u>Наглядные:</u> словарь <u>Практические:</u> словарная работа, игра <u>Словесные:</u> рассказ, беседа по теме, анализ стихотворения, заучивание слов <u>Наглядные:</u> стихотворения <u>Практические:</u> работа с деревом решений, анализ ситуации, игра
8	1.8	Принимаю решение	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> стихотворения, рассказы
9	1.9	Я отвечаю за свои решения	1	<u>Практические:</u> анализ ситуаций, игра, практикум <u>Словесные:</u> объяснение, беседа по теме, анализ стихотворения, заучивание слов <u>Наглядные:</u> стихотворения, иллюстрации «Эмоции» <u>Практические:</u> работа со словарём, анализ ситуации, практикум
10	1.10	Что мы знаем о курении	1	<u>Словесные:</u> чтение стихов детьми, беседа по теме <u>Наглядные:</u> стихотворения, пословицы, сказки <u>Практические:</u> анализ ситуаций, игры, тренинг
11	1.11	Зависимость	1	<u>Словесные:</u> рассказы детей, беседа по теме, анализ стихотворения
12	1.12	Умей сказать НЕТ	1	<u>Наглядные:</u> стихотворения, ситуации
13	1.13	Как сказать НЕТ	1	<u>Практические:</u> анализ ситуаций, игры, практикум
14	1.14	Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ?	1	<u>Словесные:</u> рассказы детей, беседа по теме <u>Наглядные:</u> рассказы, рисунки
15	1.15	Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения	1	<u>Практические:</u> игра, практикум, рисование <u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ пословицы <u>Наглядные:</u> стихотворения, пословицы <u>Практические:</u> словарная работа, анализ ситуаций, игра, тренинг, практикум <u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> словарь <u>Практические:</u> словарная работа, игра <u>Словесные:</u> рассказ, беседа по теме, анализ стихотворения, заучивание слов <u>Наглядные:</u> стихотворения
16	1.16	Волевое поведение	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> стихотворения, рассказы <u>Практические:</u> анализ ситуаций, игра, практикум
17	1.17	Алкоголь	1	<u>Словесные:</u> объяснение, беседа по теме, анализ стихотворения, заучивание слов
18	1.18	Алкоголь – ошибка	1	<u>Наглядные:</u> стихотворения, иллюстрации «Эмоции»
19	1.19	Алкоголь – сделай выбор	1	<u>Практические:</u> работа со словарём, анализ ситуации, практикум <u>Словесные:</u> чтение стихов детьми, беседа по теме <u>Наглядные:</u> стихотворения, пословицы, сказки

				<u>Практические:</u> анализ ситуаций, игры, тренинг <u>Словесные:</u> рассказы детей, беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворения, ситуации <u>Практические:</u> анализ ситуаций, игры, практикум
20	1.20	Наркотик	1	<u>Словесные:</u> рассказы детей, беседа по теме <u>Наглядные:</u> рассказы, рисунки <u>Практические:</u> игра, практикум, рисование
21	1.21	Наркотик – тренинг безопасного поведения	1	
22	1.22	Мальчишки и девчонки	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворения, ситуации <u>Практические:</u> анализ ситуаций, игра, примеры, практикум
23	1.23	Моя семья	1	
24	1.24	Дружба	1	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворения, ситуации <u>Практические:</u> анализ ситуаций, игра, примеры, практикум
25	1.25	День здоровья	1	
26	1.26	Умеем ли мы правильно питаться?	1	
27	1.27	Я выбираю кашу	1	
28	1.28	Чистота и здоровье	1	
29	1.29	Откуда берутся грязнули?	1	
30	1.30	Чистота и порядок	1	
31	1.31	Будем делать хорошо и не будем плохо	1	
32	1.32	КВН «Наше здоровье»	1	
33	1.33	Я здоровье берегу – сам себе я помогу.	1	
34	1.34	Будьте здоровы!	1	

Лист внесения изменений и дополнений в рабочую программу № _____

Учебный год _____

Предмет, курс _____

Учитель _____

Период отсутствия учителя на работе _____

Класс (ы) _____

№п/п	класс	Дата урока в классном журнале	Характер изменения (объединение уроков с указанием их номеров в поурочном тематическом планировании; использование резервных уроков с указанием номера в поурочном тематическом планировании)	Номер урока в журнале	Тема в классном журнале	Приказ об утвержде- нии изменен- ий в рабочую програ- му	Контр- оль

Подпись учителя _____

